13.022 Pagáče s kapustou vyprážané
100 porcií

Receptúra

Potravina	Veková skupina							
	A		B		C		D	
	Hmotnosť v kg, l, ks							
	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá	Hrubá	Čistá
múka hrubá			7,50	7,50	8,50	8,50	9,50	9,50
vajcia			10	0,50	12	0,60	16	0,80
cukor kryštálový			0,15	0,15	0,15	0,15	0,20	0,20
soľ			0,15	0,15	0,20	0,20	0,25	0,25
mlieko			1,50	1,50	2,00	2,00	3,00	3,00
droždie			0,30	0,30	0,35	0,35	0,50	0,50
zemiaky			9,00	7,20	10,00	8,00	12,00	9,60
kapusta hlávková			4,00	3,20	5,00	4,00	6,00	4,80
múka hladká na dosku			0,40	0,40	0,40	0,40	0,50	0,50
olej			2,80	2,80	3,20	3,20	3,80	3,80
hmotnosť porcie v g			240		280		320	

Výrobný postup

Múku preosejeme, pridáme vajcia, cukor, soľ, v mlieku rozdrobené droždie a v šupke uvarené, očistené, prelisované zemiaky. Vypracujeme tuhé cesto, do ktorého pridáme umytú, očistenú, nadrobno pokrájanú hlávkovú kapustu. Spracujeme cesto (zredne), ktoré necháme vykysnúť. Vykysnuté cesto rozvaľkáme na hrúbku 1 cm, vykrajujeme pagáčiky, ktoré necháme ešte pokysnúť. Vyprážame do ružova v horúcom oleji po oboch stranách. Podávame ako hlavné jedlo.

Príloha: zeleninové šaláty.

Nutričné zloženie 1 porcie

veková skupina	energetická hodnota		bielkoviny	tuky	kyselina linolová	sacharidy	vláknina	vápnik	železo	vitamíny				
										A	B_1	B_2	C	E
	kJ	kcal	g	g	g	g	g	mg	mg	mg	mg	mg	mg	mg
A														
B	2483	621	10,78	26,5	14,7	75,6	5,4	62,7	1,9	0,023	0,1	0,1	18,7	1,9
C	2846	7126	12,32	31,1	17,2	85,1	6,2	77,0	2,2	0,027	0,1	0,1	21,9	2,2

D	3350	835	14,53	37,8	20,8	97,9	7,2	99,6	2,6	0,036	0,2	0,2	26,3	2,5